
HYMIÖ SYDÄN TYKKÄYS

Sosiaalisen median vertaisryhmän merkitys äideille



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Hämeenlinna, kevät 2016

Katri Kivinen-Parikka



HÄMEENLINNA

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Pedagoginen ohjaustoiminta

Tekijä	Katri Kivinen-Parikka	Vuosi 2016
Työn nimi	HYMIÖ SYDÄN TYKKÄYS, Sosiaalisen median vertaisryhmän merkitys äideille	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyö sai alkunsa tekijän kiinnostuksesta aiheeseen. Kolmen lapsen äitinä opinnäytetyön tekijällä on runsaasti omakohtaista kokemusta lapsiperhearjesta, sen kuormittavuudesta ja tukipilareista. Tekijä on myös työskennellyt vuosia erilaisten lapsiperheiden parissa ja sitä kautta seurannut kymmenien perheiden elämää.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kyselytutkimuksen avulla sosiaalisen median vertaisryhmän merkityksiä äidin elämässä. Kyselytutkimuksessa oli piirteitä sekä kvantitatiivisesta että kvalitatiivisesta tutkimuksesta ja se toteutettiin Webropol-kyselynä. Kyselyn kohderyhmä oli Facebook-ryhmä Turun Seudun Mamit.

Tutkimusta varten perehdyttiin aiheeseen liittyviin muihin opinnäytetöihin ja tutkimuksiin sekä sosiaalista mediaa, vertaistukea, äitiyttä ja tutkimuksen teoriaa käsitteleviin lähteisiin. Lisäksi käytettiin tekijän elämäkokemusta ja tietämystä taustatyön ja tutkimuksen tukena.

Kyselyn tulokset osoittivat sosiaalisen median olevan nykypäivänä äitien elämässä keskeisessä roolissa. Sen avulla suurin osa äideistä löysi tiensä tähän Facebook-vertaisryhmään. Tulosten perusteella tällä sosiaalisen median vertaisryhmällä ja sen tarjoamalla vertaistuelle oli myönteisiä vaikutuksia äitien elämään. Ryhmä tarjoaa äideille henkistä tukea vanhemmuuteen, lastenhoitovinkkejä, uusia ystäviä sekä lastenvaatteita ja -tarvikkeita.

Kyselyn vastauksista nousseiden muun kuin sosiaalisen median tarjoaman vertaistuen toiveiden pohjalta voi tulevaisuudessa suunnitella ja toteuttaa äideille ja lapsille suunnattua ohjattua toimintaa Turun seudulla.

Avainsanat Äitiys, vertaistuki, sosiaalinen media

Sivut 22 s. + liitteet 4 s.

HÄMEENLINNA

Degree Programme in Crafts and Recreation

Pedagogic Crafts and Recreation

Author

Katri Kivinen-Parikka

Year 2016

Subject of Bachelor's thesis

The importance of peer group activity in social media for mothers

ABSTRACT

The present thesis was initiated due to the author's interest towards the topic. As a mother of three children, she has a great deal of personal experience on the everyday life of families with children - with its workload and supportive elements. The author has also worked with a variety of families with children and thus observed the lives of dozens of families.

The purpose of the present thesis was with the help of an inquiry to clarify the meanings of a social media peer group to a mother's life. The inquiry included characteristics both from quantitative and qualitative research, and it was executed by a Webropol questionnaire. The target group was a Facebook group called Turun Seudun Mamit.

Previous theses and research on the topic as well as other sources dealing with social media, peer support, motherhood and research theory were studied for the thesis. In addition, the author's life experience and knowledge were used in order to support the background work and research.

The inquiry results indicated the central role of social media in mothers' lives in the present day. It enabled the Facebook peer group to be found by most of the mothers. As a result, this social media peer group and the peer support it provided had positive effects on their lives. The group offers the mothers mental support for parenthood, tips for raising children, new friends as well as a chance to buy and sell children's clothing and accessories.

Taking into account the respondents' wishes for peer support outside the social media, guided activities for mothers and children can be developed and carried out in Turku district in the future.

Keywords Motherhood, peer support, social media

Pages 22 p. + appendices 4 p

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	2
2.1	Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset	2
2.2	Keskeisten käsitteiden määrittelyä	3
2.3	Vertaistukeen liittyvät aikaisemmat tutkimukset	3
3	VANHEMMUUDEN ÄÄRELLÄ	4
3.1	Pikkulapsivaihetta selättämässä	5
3.2	Koululainen perheessä.....	5
3.3	Murrosiän pyörteissä	6
3.4	No nyt se lentää pesästä	6
3.5	Vertaistoiminta äitiyden tukena	7
3.6	Sosiaalinen media vertaistuen tarjoajana	7
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	8
4.1	Tutkimusmenetelmän valinta	8
4.2	Kyselytutkimus.....	9
4.3	Kyselylomakkeen laatiminen ja aineiston kerääminen	10
4.4	Kyselyn kohderyhmä.....	10
5	TUTKIMUSTULOKSET	11
5.1	Taustatietoja vastaajista.....	11
5.2	Ryhmään hakeutuminen	13
5.3	Tuen laatu ja muu tuki.....	14
5.4	Toiveita lapsiperheiden hyvinvoinnin parantamiseksi	16
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSEHDOTUKSIA	17
6.1	Johtopäätökset	17
6.2	Kehitysehdotuksia	18
6.3	Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys	19
7	POHDINTA JA ARVIOINTI.....	19
	LÄHTEET	21

Liite 1 Kysely

1 JOHDANTO

Silmäni ovat turvonneet lähes kiinni väsymyksestä. Päätäni särkee, nenäni on tukossa, en saa henkeä. Kello on jotain kuuden kieppeillä ja kaikki kolme lastani ovat jo erittäin vahvasti hereillä vaatimassa vaatteita päälleen, aamiaista, huomiota. Juuri heidän äitinsä huomiota, vaikka isäkin olisi tarjolla. Huterasti pääsen ylös sängystä pohtien samalla miten kauan on siihen, että saan taas painaa pääni illalla tyynyyn, levätä.

Mikä on se voima? Mistä ihmeestä se tulee? Mikä saa äidin joka ikinen päivä venymään? Mikä saa hänet nousemaan sängystä sairaana tai valmistamaan aamiaista muutaman tunnin yön jälkeen? Äitiys. Tuo suuri mysteeri avautui itselleni (joskin vasta vain osittain) seitsemän vuotta sitten kun sain esikoiseni. Toisen lapsen jälkeen laskeutui sumu ja äidin rooli näyttäytyi minulle hyvin realistisena valvomisineen ja riittämättömyyden tunteineen. Aina oli oltava saatavilla jollekin. Olin niin väsynyt etten näin jälkeinpäin edes käsitä miten olen selviytynyt arjesta vastasyntyneen ja yksivuotiaan kanssa. Onko rakkaus se voima? Vai onko se velvollisuus? Elämäntehtävä? Sisäsyntyinen piirre? Menettämisen pelko?

Äitien jaksaminen on tämän päivän kuuma ja karu puheenaihe. Meille uutisoidaan surullisia tarinoita siitä mihin pahimmillaan äidin uupuminen voi johtaa. Se voi johtaa jopa kuolemaan, äidin, lapsen tai jonkun muun. Tukiverkostojen pettämisellä tai puuttumisella on usein vakavat seuraukset. Yhteiskunnan tarjoamien palveluiden ja yhdistystoiminnan lisäksi äidit itse ovat niitä aktiivisimpia toimijoita perustaessaan ryhmiä ja tukiverkkoja keskenään arkensa tueksi. Äiti auttaa, kuuntelee ja ymmärtää toista äitiä, vaikka itse olisi uuvuksissa. Hän jaksaa olla olemassa kaikille muille. Jak-saa olla, vaikkei jaksaisi.

Mikä sitten saa äidit janoamaan kokoontumista toisten äitien kanssa? Oma tuntumani on, että he saavat toisen äidin seurasta vertaistuen lisäksi tekemistä päiväänsä sekä nähdyksi ja kuulluksi tulemisen tunteen. Muiden äitien seurassa saa myös mahdollisuuden olla ihan oma itsensä. Ei tarvitse selittää lasittunutta katsettaan tai likaisia vaatteitaan. Voi ihan vain olla hetken paikallaan ja kuunnella jos ei väsymykseltään jaksa puhua. Tai voi vain olla, jos ei jaksa edes kuunnella. Voi pysähtyä hetkeksi tyhjyyteen ilman, että on kenellekään tilivelvollinen, turvallisessa ympäristössä.

Itse en muinoin kahden alle puolitoistavuotiaan äitinä kerhoista innostunut, sillä sinne pääseminen oli jo haaste sinänsä. Koin kerhoihin lähtemisen liian raskaaksi talvivaatepukemisineen, pakkaamisineen ja aikataulujen suunnittelemisineen. Olin mieluummin kotona verkkareissa, ei tarvinnut pestä tukkaakaan. Näin jälkeinpäin kuulostaa karulta, että valitsin ennemmin yksinäisyyden kuin seuran. Siksi, että olin liian väsynyt lähteäkseni jonnekin tai ollakseni sosiaalinen, puhuakseni ääneen kenellekään. Uskon tämän päivän sosiaalisen median vertaisryhmien olevan kovassa nosteessa juuri niiden helpouden vuoksi. Niitä varten ei tarvitse lähteä mihinkään tai laittautua. Niiden avulla voi saada vastauksia kysymyksiinsä ilman, että edes itse kysyy niitä kun joku muu on mahdollisesti jo kysynyt.

Ryhmän jäsenet ovat lähellä ja läsnä, vaikka eivät fyysisesti vieressä olisi-kaan. Vertaistuki näyttää suuntaa eksymisen kynnyksellä. Se antaa voimia silloin kun tuntuu, ettei enää jaksaa. Se muistuttaa, ettei ole yksin ongelmiseen ja arjen haasteineen. Vertaistuki kannattelee.

Opinnäytetyöni käsittelee ensisijaisesti sosiaalisen median vertaisryhmän merkityksiä eri-ikäisten lasten äideille. Toteutin aiheesta kyselytutkimuk- sen Facebook-ryhmälle Turun Seudun Mamit.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Tutkimukseni aiheeksi muodostui sosiaalisen median vertaisryhmän merki- tysten tutkiminen. Käsittelin aihetta pääaineprojektissani ja halusin työstää sitä lisää opinnäytetyön muodossa. Aihe on itselleni tärkeä kolmen lapsen äitinä ja halusin tietää enemmän sosiaalisen median vertaisryhmän merki- tyksistä eri-ikäisten lasten äideille. Lähestyin aihetta eri elämänvaiheessa olevien eri-ikäisten äitien näkökulmasta. Kysely on laadittu keväällä 2015 ja se toteutettiin elo-syyskuussa 2015. Aineiston analysointi on toteutettu syys-joulukuussa 2015.

Halusin tutkia opinnäytetyössäni millaisia merkityksiä sosiaalisen median vertaisryhmällä on eri-ikäisten lasten äideille. Sosiaalisen median käyttö ar- jessa on valtavasti yleistynyt ja uskon sen olevan yksi tämän päivän käyte- tyimmistä vertaistukimuodoista. Mielestäni tämän päivän vanhemmuuden vaatimukset asettavat äideille hyvin paljon paineita. Yhteiskunta ei tue juu- rikaan lasta kotona hoitavaa äitiä, ja jos menet töihin, olet huono äiti hoi- dattaessasi lapsesi muilla. Nykyisin ei myöskään lähipiiristä löydy saman- laista tukiverkostoa kuin ennen. Tämä johtunee siitä, etteivät sukulaiset enää asu lähellä toisiaan ja ystäväpiiri vaihtuu tiuhaan työn perässä paikka- kunnalta muuttamisen myötä.

2.1 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tavoitteena on kuvata sosiaalisen median vertaisryhmän mer- kityksiä äideille.

Keskeisin kysymys opinnäytetyössäni on ”Mikä on sosiaalisen median ver- taisryhmän merkitys äideille?” Lisäksi haen vastauksia kysymyksiin ”Mil- laista tukea äidit kokevat saavansa Facebookin vertaisryhmästä?” ja ”Miksi äidit ovat liittyneet Turun Seudun Mamit Facebook - ryhmään?” Edellisten kysymysten lisäksi selvitetään, keneltä äidit saavat tukea sekä, millaista muuta tukea ja toimintaa äidit toivovat arkensa tueksi.

Vastauksista mahdollisesti nousevien tarpeiden pohjalta voisi tulevaisuu- dessa kehittää ohjaustoiminnan artenomina tarjoamaa toimintaa Turun seu- dulla.

2.2 Keskeisten käsitteiden määrittelyä

TSK Sanastokeskus määrittelee sosiaalisen median olevan ”tietoverkkoja ja tietotekniikkaa hyödyntävä viestinnän muoto, jossa käsitellään vuorovaikutteisesti käyttäjien tuottamaa ja jakamaa sisältöä sekä luodaan ja ylläpidetään ihmisten välisiä suhteita.” Käytännössä kyse on verkkopalveluista, joissa käyttäjät itse tuottavat ja jakavat sisältöä (Haasio 2011, 123).

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos määrittelee vertaistuen käsitteen näin: ”Vertaistuki on vastavuoroista kokemusten vaihtoa, jossa samankaltaisia prosesseja elämässään läpikäyneet ihmiset tukevat toinen toisiaan. Vertaistuki on samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten halua jakaa kokemuksia ja tietoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä.”

Vertaistuki voidaan määritellä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan myös ”voimaantumisen ja muutosprosessina, jonka kautta ihminen voi löytää ja tunnistaa omat voimavaransa ja vahvuutensa sekä ottaa vastuun omasta elämästään.”

Teoksessa Vertaistoiminta kannattaa pohditaan vertaistoiminta -käsitteeseen ja aiheeseen liittyvän sanaston väärinkäsityksiä. Käsitteet vertaistuki, vertaisryhmä ja vertaistoiminta usein sekoittuvat puheessa. Suomeen vertaistoiminnan käsite tuli 1990-luvun puolivälissä. Erilaisissa vertaistoiminnasta tehdyissä tutkimuksissa ja artikkeleissa on ilmennyt tarvetta yhtenäistää näitä termejä. Aihetta paljon tutkineet Susanna Hyväri ja Marianne Nylund ovat tulleet siihen tulokseen, että termi vertaistuki käsittää sekä tuen että vertaisuuden ja ovat päätyneet siksi käyttämään sitä termiä. (Karnell & Laimio 2010, 11 - 12.) Samasta syystä valitsin itse tämän termin keskeiseksi käsitteeksi.

Äitiys määritellään Suuressa suomen kielen sanakirjassa (2004) seuraavasti: ”äidiksi tulo, äitinä olo, äidin suhde lapsiinsa”. Tämä määrittely kätkee sisälleen uusia ja taas uusia määritelmiä. Mielestäni äitiyden määrittely tyhjentävästi on haastavaa, ellei mahdotonta.

2.3 Vertaistukeen liittyvät aikaisemmat tutkimukset

Vertaisryhmätoimintaan liittyviä tutkimuksia on tehty paljon sekä Suomessa että ulkomailla. Myös Internetin välityksellä tapahtuvaa vertaistoimintaa tai sen avulla toteutettavaa tukea ja toimintaa on tutkittu yhä enemmän.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto teetti huhti-toukokuussa 2010 valtakunnallisen kyselyn vertaisryhmätoiminnan merkityksistä. Kysely koski vuosien 2008 - 2009 aikana toteutettua MLL:n vertaisryhmätoimintaa ja se toteutettiin kahtena eli versiona. Toinen oli suunnattu ohjaajille ja toinen vertaisryhmiin osallistuneille. Kysely oli auki kuukauden ajan Mannerheimin Lastensuojeluliiton kotisivuilla. Kyselyn tulokset osoittivat vertaisryhmätoiminnan edistävän lapsiperheiden hyvinvointia.

Kyselyn tuloksista kävi myös ilmi, että vanhemmuuden tuki, kokemusten jakaminen sekä välittäminen esiintyivät sekä ohjaajien että ryhmiin osallistuneiden vastausten kantavina teemoina.

Eija Jyllilä (2004) on toteuttanut opinnäytetyön aiheesta ”Vanhempien tyytyväisyys ja kokemukset Ahjolan nuorisotyön peruskerhotyöstä”. Hänen tutkimuksensa tulokset osoittivat, että kerhoihin osallistuvat vanhemmat olivat tyytyväisiä tarjontaan ja pitivät pitkäjänteistä kerhotyöskentelyä merkityksellisenä lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa.

Hannele Aho (2014) on tehnyt opinnäytetyönään kyselytutkimuksen aiheesta ”Vertaistukea ja mammakavereita” Ylivieskan seurakunnan vauvakerhon äideille. Tutkimustuloksista kävi ilmi, että äidit kokivat kerhon koontumiset sekä vertaistuen tärkeiksi. Vauvakerhon käynnit olivat auttaaneet äitejä jaksamaan arjessa paremmin ja siten tukenut äitien hyvinvointia.

Sari Vanhanen-Silvendoin (1996) on tutkinut äitien vuorovaikutusryhmiä teoksessa Välittävät verkostot. Hän tutki kolmea erilaista äitiryhmää, jotka toimivat eri paikkakunnilla. Ensimmäinen oli seurakunnan äiti-lapsipiiri, toinen ryhmä oli neuvolan aloitteesta syntynyt, mutta omaehtoisesti koontunut mamma-ryhmä. Kolmas ryhmä oli äitien omasta aloitteesta syntynyt ”itsenäinen, vapaa ja sitoutumaton” äitiryhmä joka ylläpiti äitikahvilaa. Tutkimuksen tuloksissa korostui, että koti on ensisijaisesti äitinä olon tila. Toisten äitien tapaamisilla ja asioiden jakamisella oli kuitenkin oma merkityksensä. Ne myötäelivät äitinä olon iloja ja suhteellistivat henkilökohtaisiksi koettuja murheita.

Heli Kytöharju (2003) on tehnyt Pro gradu -tutkielman aiheesta ”Äitien jakaminen ja vertaistuki Vauva-lehden keskustelupalstalla Internetissä”. Hän havaitsi aineistonsa perusteella äitien jaksamisen koostuvan neljästä osa-alueesta; vauvanhoidon sujuminen, vauvan tyytyväisyys, jaksamista tukevat ihmissuhteet sekä voimavarojen ylläpitäminen. Tämä keskustelupalsta antoi vertaistukea äideille. Vertaistukeen sisältyi mm. kokemusten sekä tiedon ja ajatusten jakaminen, huumori, itsetunnon vahvistaminen ja negatiivinen tuki.

Anniina Karjalainen ja Maija Virtanen (2015) ovat toteuttaneet opinnäytetyön aiheesta ”Äitiys nykypäivänä – Älylaitteet ja sosiaalinen media osana vauva-arkea”. Heidän tutkimustuloksensa osoittivat äitien elämään tulleen vertaistuellisia vaikutuksia erilaisten ryhmien myötä esimerkiksi Facebookissa.

3 VANHEMMUUDEN ÄÄRELLÄ

Tässä pääluvussa tarkastelen vanhemmuutta ja äitiyttä lapsen kehitysvaiheiden näkökulmasta. Neljän seuraavan alaluvun tekstit perustuvat Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainnetti -sivustoon. Sivusto on tuotettu MLL:n Vanhemmat ja itsenäistynvä nuori -projektissa, jonka sisältöä tuottivat suunnittelijoiden lisäksi monet ammattilaiset.

3.1 Pikkulapsivaihetta selättämässä

Vanhemmuus on pikkulapsiperheessä vaativaa aikaa. Lapsi muuttaa elämänrytmiä ja tämä voi olla yllätys itsenäiseen elämään tottuneelle. Yöuni on mahdollisesti vähäistä ja väsymys saattaa vaikuttaa koko kodin ilmapiiriin ja puolisoiden väliseen suhteeseen.

Tähän vaiheeseen liittyy paljon muutakin energiaa vievää kuten kasvatusperiaatteista ja -tavoitteista keskustelu ja lapsen hoitoon liittyvien päätösten tekeminen. Paineita saattaa olla monelta taholta, ovathan kolme ensimmäistä vuotta kehityopsykologisen tiedon mukaan kivijalka lapsen persoonallisuuden kehityksessä.

Itse koin pikkulapsivaiheen omien lasteni kohdalla raskaana siksi, että koko ajan piti olla äitinä saatavilla. Tuntui, että olin koko ajan olemassa jollekin muulle kuin itselleni tyydyttäessäni pienten lasteni perustarpeita. Toisaalta tuntui hienolta ja tärkeältä olla roolissa, jota kukaan muu ei pystynyt täyttämään. Olin kuitenkin todella väsynyt kaksi ensimmäistä vuotta ja muistot tuosta ajasta on vauvakirjan ja valokuvien varassa. Lasten kehitys ja kasvu on tuossa iässä huimaa ja tapahtuu nopeasti ja sitä seurasin ilolla. Tuntui myös upealta nähdä siskosten välinen vahva side ihan pikkulapsista asti.

Lapsen ensimmäisten elinvuosien aikana luodaan perusta vastuullisuuteen kasvamiselle, tunne-elämälle, sosiaalisille taidoille, oikean ja väärän oppimiselle ja perusturvallisuudelle. Leikki-iässä luodaan mahdollisuudet muun muassa luovuudelle, aktiivisuudelle, uteliaisuudelle ja oma-aloitteisuudelle. Tämä vaihe on vanhemmille haastava ja voimia vievä lapsen kehityksen tukijana.

Omasta mielestäni äitiys helpottui huomattavasti sen jälkeen kun lapset leikki-ikäisinä jo pukivat ja söivät itse ja heistä oli leikkiseuraa toisilleen. Toki tuo ikä toi tullessaan uhmaa ja edelleen oli ”vain äiti kelpaa” – tilanteita, mutta silti omaa tilaa löytyi myös minulle enemmän.

3.2 Koululainen perheessä

Koululaisen vanhemmat ovat erilaisten haasteiden edessä sovittaessaan yhteen aikataulujaan työn, harrastusten ja perhe-elämän kiemuroissa. Kouluiässä lapsi selviää jo monesta asiasta yksin, mutta tarvitsee edelleen vanhempiensa. Tämä vaihe tuo mukanaan harrastuksia ja ystäviä lapsen elämään sekä avaa uusia ovia vanhemmillekin lapsen koulun ja harrastusten myötä. Vanhemman tärkeä tehtävä on huolehtia, että lapsella on myös riittävästi kiireetöntä aikaa kotona. Tämä vaihe tuo uudenlaisia arkipulmia elämään kuten älylaitteiden käyttö, kotitöiden tekeminen, koulutehtävät ja kotiintuloajat. Vanhemman rooli rajojen asettajana ja sääntöjen noudattamisen valvojana kasvaa.

Oman esikoiseni koulutaipaleen alku toi minulle tunteen siitä, ettei lapsi enää tarvitsekaan minua samoin kuin ennen. Se oli yhtä aikaa haikeaa ja tietynlaista luopumista. Tämä on jotenkin surkuhupaisaa, koska pikkulapsivuosien saatossa on juuri pyristelty kohti tuota ”äidin omaa aikaa”.

3.3 Murrosiän pyörteissä

Tämän vaiheen myötä vanhemman rooli on evästä lastaan elämää varten. Elämän perusasioita opetellaan yhä yhdessäolon ja yhteisen tekemisen kautta. Yhteenotot kuuluvat kuvioon kuten pettymyksetkin, mutta ne ovat osa vanhemmuutta ja kasvatustehtävää. Murrosikä koettelee vanhemman suhdetta lapseen ja suhteen vahvistaminen on tässä vaiheessa siksi tärkeää. Murrosiän kohtaamiseen on paremman edellytykset jos vanhemman ja lapsen suhde on ollut hyvä ja läheinen murrosiän kynnyksellä.

Lapsi pyrkii tässä iässä irtaantumaan vanhemmistaan ja itsenäistymään. Vanhemmuus onkin usein taiteilua tilan antamisen ja rajojen välillä murrosikäisen lapsen kanssa. Joskus irrottautumiseen liittyy voimakas protestointi ja jatkuva rajojen koettelu ja vanhemman kärsivällisyys on koetuksella. Nuori saattaa joskus ohittaa tämän vaiheen ilman suurempaa kriisiä mikä voi hämmentää murrosiän kuohuntaan valmistautunutta vanhempaa.

Rajat, vapaus ja vastuu ovat murrosikäisen perheessä jatkuvan keskustelun aiheena. Vanhemman tehtävä on luottaa nuoreen, mutta silti hän ei voi olla sinisilmäinen. Jokainen nuori tarvitsee vanhempiaan huolimatta siitä että murrosikäisestä voi tuntua ettei hän halua vanhempiensa puuttuvan asioihinsa.

Vanhemman on toivottavaa olla huolissaan, pettyä nuoren toilailuista, ilahduttua onnistumisista, suuttua tarvittaessa ja sanoa ei. Tämän ikäisen nuoren vanhemman tehtävänä on jaksaa, kestää ja uskaltaa.

3.4 No nyt se lentää pesästä

Kotoa muuttavan nuoren vanhempien elämässä alkaa täysin uusi vaihe. Vuodet ehkä tuntuvat kuluneen odotettua nopeammin muutoksen lähestyessä, vaikka vanhempi on saattanut joskus salaa toivoa nopeaa ajankulua ja lasten poismuuttoa kiireisten vuosien keskellä. Ajankohdan lähestyessä vanhempi voi tuntea samanaikaisesti sekä iloa että haikeutta, odotusta ja helpotusta.

Vanhempien roolin ja kotielämän muuttuessa on kotipesään jäävän vanhemman organisoitava elämänsä uudelleen. Puolisoiden on löydettävä toisensa ja heitä yhdistävät tekijät, lasten ollessa mahdollisesti aikaisemmin tämä liima. Tämän lisäksi on löydettävä uusi suhtautumistapa ja suhde aikuistuneeseen lapseensa.

Vanhemmuuden uusi vaihe tuo elämään uusia tulokkaita, tyttö- ja poikaisväviä, puolisoita ja ehkä jossain vaiheessa myös lapsenlapsia.

Vanhemmuus on elinikäinen tehtävä jossa huolet, ilonaiheet ja velvollisuudet muuttuvat lapsen kasvaessa. Vanhempana oleminen onkin siksi ennustamaton ja rikas seikkailu. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2015.)

3.5 Vertaistoiminta äitiyden tukena

Vertaistoiminta on kuulunut aina olennaisesti ihmisyyteen, elämään ja kanssakäymiseen. Kautta aikain on jaettu yhteisiä kokemuksia ja naapurustot ja perheet ovat olleet keskeisiä vertaistuen antajia. Vertaistoiminnassa arjen arvostus korostuu ja se tarjoaa mahdollisuuden kokemusten jakamiselle mikä on kantava voima elämässä. Vertaistoiminnasta ei voida puhua ilman tasavertaisuuden ja osallisuuden kokemusta. Vertaistoiminnan merkitys on erityisen suuri oman elämäntilanteen poiketessa merkittävästi lähiympäristön elämäntilanteesta. (Kuuskoski 2003, 30 - 31.)

Ryhmämuotoisessa vertaistoiminnassa keskeistä on omien kokemusten luovuttaminen toisten käyttöön, ryhmäläisten henkilökohtaisen tilanteen tukeminen sekä yhdessä asioihin vaikuttaminen. Tämän tyypissä vertaistoiminnassa jaetaan tietoa sekä löydetään omia voimavaroja ryhmän avulla. Ryhmä mahdollistaa myös omaa elämäntilannetta ymmärtävien ihmisten löytymisen ja ystävystymisen. (Jyrkämä 2010, 26.)

Viimeisen kymmenen vuoden aikana erilaisten vertaisryhmien ja verkostojen lukumäärä on lisääntynyt. Kasvu kertoo siitä, että ihmisillä on tarve saada tietoa sekä jakaa kokemuksiaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. (Nylund 2005, 195.)

3.6 Sosiaalinen media vertaistuen tarjoajana

Sosiaalinen media on mielestäni nykyajan vertaistuen mainio tarjoaja tilanteissa missä läheiset tai muu tukiverkosto on fyysisesti kauempana. Vuorovaikutus on sosiaalisen median ydin. Tänä päivänä siellä toimiminen on yhdessä luomista ja kommunikointia yhdensuuntaisen tietovuodatuksen sijaan. (Kortesuo 2014, 28.)

Sosiaalisen median yksi ilmiö on Facebook joka on kasvattanut suosiotaan sen syntyvuodesta 2004 huimasti. Facebook tarjoaa käyttäjilleen mahdollisuuden keskusteluun, verkostoitumiseen, ihmissuhteiden ylläpitämiseen sekä uusien kontaktien luomiseen. Facebookia käyttää jo lähes miljoona suomalaista eli se on tavoittanut ihmisiä kaikilta elämänaloilta eikä ole mikään pelkkä nörttien leikkikenttä. (Haasio, 2009, 9-10.) Tämän tyyppinen yhteisö mahdollistaa myös erilaisiin ryhmiin kuulumisen kuten Turun seudun mammit. Nämä ryhmät tarjoavat ihmisille korvaamatonta vertaistukea arjen keskelle. Ryhmissä voi keskustella eri teemoista, tavata samanhenkisiä ihmisiä ja saada sekä antaa henkistä tukea. Yksi keskeinen osa Facebookin käyttöä on juuri erilaisiin ryhmiin kuuluminen. (Haasio, 2009, 47.)

Sosiaalisen median etu on se, että ihminen voi toimia siellä silloin kun hänelle itselle parhaiten sopii ja saada vertaistukea juuri silloin kuin avuntarve on suurin. Pitkät välimatkat tai kulkuyhteydet eivät ole esteenä sosiaalisen median vertaisryhmään osallistumiselle. Myöskään ulkonäkö, ammattirooli, sosioekonominen asema tai muut ulkoiset tekijät eivät vaikuta samoin kuin reaali maailman vuorovaikutuksessa. Toki ilmeiden, eleiden ja äänensävyjen puuttuessa viestien tulkinta jää ainoastaan tekstin ja hymiöiden varaan. Internetin tarjoamassa vertaistuessa on myös paljon valinnanvaraa ja

kukin voi valita ryhmän omien tarpeidensa mukaan. Netissä toimiminen vaatii kuitenkin nettietiketin hallintaa ja ihmisellä itsellään on aina vastuu ryhmästä saatujen ohjeiden tai vinkkien tai noudattamisesta. (Huuskonen 2010, 76.)

Netissä on ehkä helpompi puhua arkaluontoisistakin asioista kuin elävässä elämässä. Keskusteluihin nousevat aiheiksi myös äitiyden pimeämmät puolet kuten myös seksi, parisuhde tai vartalo. Nettiympäristön varjopuolena on kuitenkin se, etteivät ihmiset siellä ole läheskään aina sitä mitä he väittävät olevansa. (Juusola 2014, 115.)

Jotkut nettiystävät tapaavat toisiaan myös oikeassa elämässä ja ne kokemukset ovat yleensä myönteisiä. On kuitenkin ihmisiä, jotka eivät kaipaa näitä oikean elämän tapaamisia. Hyvät nettiystävät ovat myös lojaaleja toisilleen, kunnioittaen toistensa yksityisyyttä, vaikka olisivatkin tavanneet kasvotusten. (Juusola 2014, 117.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyön vaiheita, prosessin kulkua sekä tutkimusmenetelmää sekä aineiston keruuta. Lisäksi esittelen tutkimuksen kohderyhmän Turun seudun mammit.

4.1 Tutkimusmenetelmän valinta

Käytin tutkimusmenetelmänä kyselytutkimusta, sillä katsoin sen olevan paras tapa kerätä tietoa haluamastani aiheesta. Kyselyn avulla oli mahdollista kerätä suurelta joukolta tietoa samanaikaisesti. Laadin Webropol-ohjelmalla kyselyn, johon kohderyhmä sai vastata omalla aikataulullaan kahden viikon aikana. Mielestäni tällainen linkin kautta täytettävä kysely soveltui parhaiten äidin arkeen ajatellen vastaamisen helppoutta. Vastaajalla oli näin mahdollisuus valita juuri hänelle sopiva ajankohta kyselyyn vastaamiselle. Myös suora klikkaus kyselyyn Turun Seudun Mamien sivulta teki mielestäni tilanteen helposti toteutettavaksi.

Tutkimuksessa on piirteitä sekä kvantitatiivisesta (määrällinen) että kvalitatiivisesta (laadullinen) tutkimuksesta. Kvalitatiivinen tutkimus perustuu todellisen elämän kuvaamiseen ja siinä pyritään löytämään tai paljastamaan tosiasioita sen sijaan että todennettaisiin jo olemassa olevia väittämiä. (Hirsjärvi ym. 2014, 161.)

Kvantitatiivisen tutkimuksen keskeisiin piirteisiin kuuluu muun muassa johtopäätökset aiemmista tutkimuksista ja aineiston keruun suunnitelmat, joissa on tärkeää, että havaintoaineisto soveltuu määrälliseen mittaamiseen. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa on keskeistä myös muuttujien muodostaminen taulukkomuotoon ja aineiston saattaminen tilastolliseen muotoon sekä päätelmien teko havaintoaineiston tilastolliseen analysointiin perustuen. (Hirsjärvi ym. 2014, 140.)

Kvalitatiivista ja Kvantitatiivista lähestymistapaa on joskus vaikea tarkkarajaisesti erottaa toisistaan. Ne nähdäänkin usein toisiaan täydentävinä lähestymistapoina eikä kilpailevina suuntauksina. (Hirsjärvi ym. 2014, 136.)

4.2 Kyselytutkimus

Kysely on yksi tärkeä aineistonkeruutapa. Se mahdollistaa tiedonkeruun ja sen tarkastelun muun muassa ihmisten toiminnasta, mielipiteistä, arvoista ja asenteista sekä erilaisista yhteiskunnan ilmiöistä. Kyselytutkimuksessa käytetään tiedonkeruun välineenä usein kyselylomaketta, minkä avulla tutkija esittää vastaajille kysymyksiä. (Vehkalahti 2014, 11.) Lomake on mitausväline, joka soveltuu monen moniulotteisen ja monimutkaisen kiinnostuksen kohteen alueelle aina yhteiskunta- ja käyttäytymistieteellisestä tutkimuksesta katukyselyihin, mielipidetiedusteluihin ja palautemittauksiin. (Vehkalahti 2014, 11.)

Kysely on mahdollista toteuttaa myös haastattelun avulla, jolloin kysymykset esitetään suoraan vastaajalle esimerkiksi puhelimitse tai kasvotusten. Haastattelulomake on hyvin samankaltainen kuin kyselylomake, mutta jälkimmäisessä tilanteessa vastaajalla ei ole haastattelijan tukea tai apua. (Vehkalahti 2014, 11.)

Englanninkielistä termiä survey käytetään sellaisista kyselyistä, haastatteluista ja havainnoineista missä kaikilta vastaajilta kysytään asioita täysin samalla tavalla. Tällöin aineistoa kerätään standardoidusti kohdehenkilöiden muodostaessa otoksen tai näytteen tietystä perusjoukosta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 193.)

Kyselyn etuna on mahdollisuus kerätä laaja tutkimusaineisto. Kyselytutkimuksen avulla voidaan kysyä monia asioita useilta eri henkilöiltä. Menetelmänä se on tehokas, sillä se säästää tutkijan vaivannäköä ja aikaa. (Hirsjärvi ym. 2014, 195.)

Mielipiteiden, arvojen tai asenteiden tutkiminen ei ole helppoa ja kyselyihin liittyy aina lukuisia epävarmuuksia. Haasteita riittää niin tiedonkeruun kuin mittaamisen ja tutkimuksen sisällöllisten tavoitteidenkin osalta: onko vastauksia saatu tarpeeksi, mittasivatko kysymykset tutkittavia asioita, toimivatko mittarit luotettavasti, oliko ajankohta kyselylle hyvä tai edustivatko kyselyyn osallistuneet tutkimuksen perusjoukkoa. (Vehkalahti 2014, 12.) Myöskään ei ole varmuutta siitä millä vakavuudella vastaajat ovat vastanneet kyselyyn, miten perehtyneitä he ovat olleet aihealueeseen tai miten hyvin he ymmärtävät kyselyn sisällön (Hirsjärvi ym. 2014, 195).

Kyselyä tehtäessä on mahdollista arvioida tarkkaan aikataulu ja kustannukset ja myös aineiston nopea käsittely on helppoa hyvin laaditun lomakkeen kohdalla. Tilastollisia analysointitapoja ja raportointimuotoja on kehitetty paljon, joita tutkija voi suoraan käyttää eri ohjelmien avulla. (Hirsjärvi ym. 2014, 195.) Kysely soveltuu opinnäytetyöni tutkimuksen tekemiseen näiden ominaisuuksiensa ansiosta mainiosti. Tutkimus toteutettiin nollabudjetilla ja kyselystä ei tullut kustannuksia. Opinnäytetyön ja siihen liittyvän tutkimuksen toteuttamiseen oli myös käytössä rajalliset resurssit

ja aika. Webropol -ohjelman ominaisuudet mahdollistivat kyselyn laatimisen, aineiston nopean ja helpon tiedonkeruun ja analysoinnin tueksi kyselyohjelmalla oli monia eri variaatioita tarkastella tuloksia raporttien muodossa.

4.3 Kyselylomakkeen laatiminen ja aineiston kerääminen

Kyselylomakkeen laatiminen alkoi keväällä 2015. Ryhdyin pohtimaan kyselylomakkeeseen tulevia kysymyksiä tutkimuskysymysten kautta. Pysin pitämään pääkysymyksen punaisena lankana ja pohdin mitä kysymyksiä haluaisin siihen ympärille asettaa.

Kyselylomakkeen laatimisen haastavuus oli siinä, että kohderyhmä oli äidit eli kysely ei voinut missään nimessä olla liian pitkä, monimutkainen tai hankalasti lähestyttävä. Tein kyselystä muutaman version ennen lopullisen kyselyn valmistumista. Kyselyä testattiin lähipiirille ennen sen avaamista julkiseksi. Kysely löytyy liitteenä opinnäytetyössä.

Kysely toteutettiin aikavälillä 18.8.2015 - 7.9.2015 ja siihen oli mahdollisuus vastata suoran linkin avulla Turun seudun mamit – ryhmän sivulta. Linkin yhteydessä esittelin ryhmäläisille itseni ja kerroin mistä kyselyssä on kyse. Saatekirje on tärkeässä roolissa kyselyissä, sillä se kertoo kyselyn perustiedot vastaajalle. Vastaaja voi sen perusteella joko motivoitua vastaamaan tai hylätä kyselyn. (Vehkalahti 2014, 47 - 48.)

4.4 Kyselyn kohderyhmä

Kysely toteutettiin Facebook-ryhmässä Turun Seudun Mamit. Ryhmä on perustettu syksyllä vuonna 2014 ja se on tarkoitettu vertaistueksi Turun seudulla asuville kaiken ikäisille äideille ja äitipuolille. Alun perin tämän tyyppistä toimintaa alettiin toteuttaa kokkolalaisäidin toimesta ajatuksena perustaa ”häதாகහਵਿਤ” – ryhmä, joka voisi tarjota apua akuutin hädän keskellä äideille. Pian ryhmiä perustettiin jo ympäri Suomen. Turkuun ryhmän perustaneen äidin ajatuksena oli perustaa muutamalle ystävälle vastaavanlainen ryhmä, mutta yhden yön jälkeen ryhmässä olikin jo 300 äitiä. Ryhmä on kasvanut kasvamistaan ja joulukuun 2015 alussa siihen kuului huimat 2000 äitiä, luvun ollessa alkukevällä 1400. (Eloluoto 2014; Hilck, henkilökohtainen tiedonanto 9.11.2015.)

Ryhmän tarkoitus on tarjota erilaista apua äideille kuten esimerkiksi remontti- ja muuttoapua, erilaisia lahjoituksia (kuten vaatteita ja lastentarvikkeita), erilaisia tapaamisia, vinkkejä vanhemmuuteen, lastenhoitoapua tai henkistä tukea vaikeisiin tilanteisiin ja arjessa jaksamiseen. (Larjo 2015.)

Ryhmässä kysytään monenlaisia asioita ihan arkisista asioista kuten lapsen nukahtamisvaikeuksista tai missä voisi teettää hyvät kynnet. Privaatisti voi kuitenkin myös laittaa ylläpidolle viestejä arkaluontoisemmistakin asioista. Ryhmän jäseniä on esimerkiksi käynyt tapaamassa lapsivuodepsykoosiin sairastunutta ryhmäläistä sairaalassa ja järjestänyt syntymäpäiväjuhlat yksinäiselle äidille. Mamit-ryhmä myös auttoi perhettä, joka joutui homeen

vuoksi jättämään kotinsa irtaimistoihin, myös päällä olevat vaatteensa. Ryhmän jäsenet keräsivät perheelle uusia vaatteita, huonekaluja ja lapsille leluja. Apua ryhmältä voi pyytää keskustelunavauksissa, yksityisellä viestillä tai sähköpostilla ryhmän ylläpitäjille. (Larjo 2015.)

Ryhmästä tuli vuodessa niin suosittu, että jäsenet päättivät perustaa syksyllä 2015 oman yhdistyksen joka sai nimekseen Turun Seudun Mamit ry. Uuden yhdistyksen puheenjohtaja tuumasi, että ryhmän suosio johtuu avoimesta ilmapiiristä ja siitä, että keskusteluja käydään muustakin kuin ”äiti-asioista”. Facebook-ryhmän ansiosta on syntynyt myös spontaanisti erilaisia muita ryhmiä kuten treeniporukoita ja käsityörinki. (Uitto 2015.)

5 TUTKIMUSTULOKSET

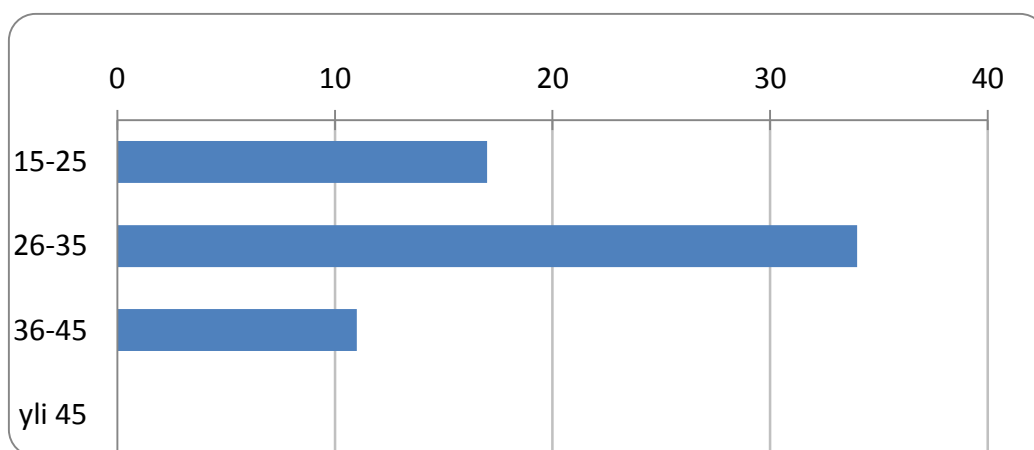
Tässä luvussa käydään läpi kyselytutkimuksen vastaukset kysymys kerrallaan kuvioin havainnollistettuna. Kuvioiden luvut ovat absoluuttisia lukuja, mutta tekstissä käytetään myös prosenttilukuja. Kyselyyn vastasi 62 eri-ikäistä äitiä. Kyselyssä oli sekä valmiita vastausvaihtoehtoja sisältäviä että avoimia kysymyksiä. Avointen kysymysten vastaukset luokittelin ryhmiin, minkä lisäksi tekstissä on joitakin lainauksia äitien vastauksista.

5.1 Taustatietoja vastaajista

Taustatiedoissa kysyttiin vastanneiden ikää, perhekokoa ja aikuisten määrää perheessä. Taustatietokysymyksissä selvitettiin myös, ovatko perheen lapset hoidossa koko- tai osapäiväisesti, koulussa vaiko kotona. Näillä taustatiedoilla halusin selvittää onko kyselyyn vastanneilla äideillä jotain yhteisiä tekijöitä liittyen edellä mainittuihin asioihin.

Ensimmäisellä kysymyksellä selvitettiin vastaajien ikää. Vastausvaihtoehtoina olivat eri ikäryhmät (ks. Liite).

Suurin osa kyselyyn vastanneista (55 %) oli iältään 26–35-vuotiaita. Toiseksi eniten (28 %) oli 15–25-vuotiaita ja vähiten (18 %) 36–45-vuotiaita. Kukaan vastaajista ei ollut yli 45-vuotias. (Kuvio 1.)

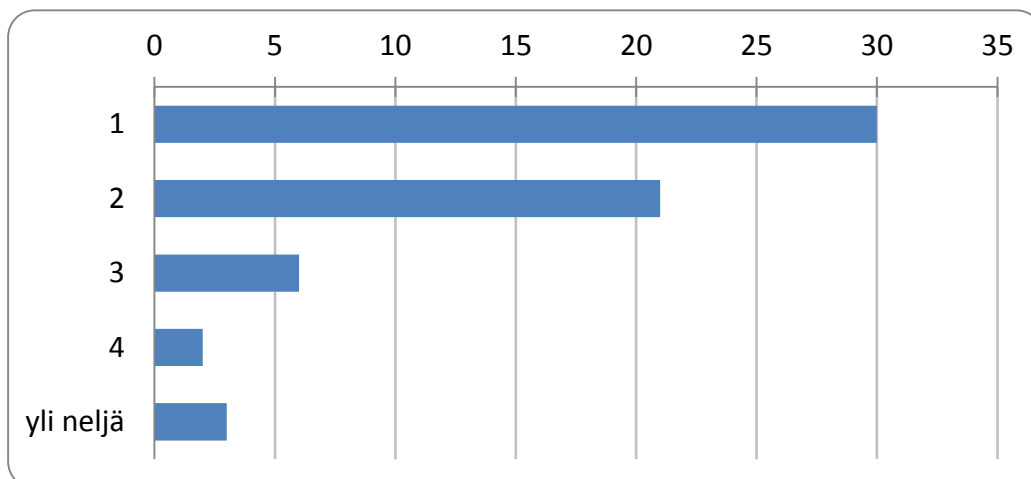


KUVIO 1 Kyselyyn vastanneiden (n=62) ikä (absoluuttiset luvut)

Seuraavassa kysymyksessä selvitettiin perheen lasten lukumäärää.

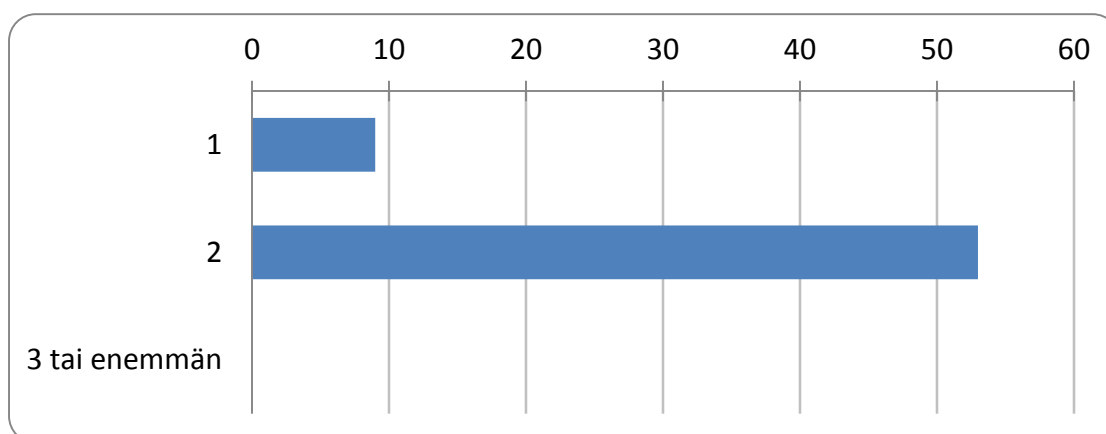
Lähes puolella (49 %) vastaajista oli vain yksi lapsi ja yli kolmanneksella (34 %) oli kaksi lasta.

Tämän jälkeen eniten (10 %) oli kolmilapsisia perheitä. Kahdella (3 %) vastaajista oli neljä lasta ja muutamalla (5 %) äidillä oli yli neljä lasta (Kuvio 2.)



KUVIO 2 Perheen lasten lukumäärä

Perheeseen kuuluvien aikuisten lukumäärää kysyttäessä yleisintä (86 %) oli, että perheeseen kuului kaksi aikuista. Harvinaisempaa (15 %) oli, että perheeseen kuului yksi aikuinen. (Kuvio 3.)



KUVIO 3 Perheen aikuisten lukumäärä

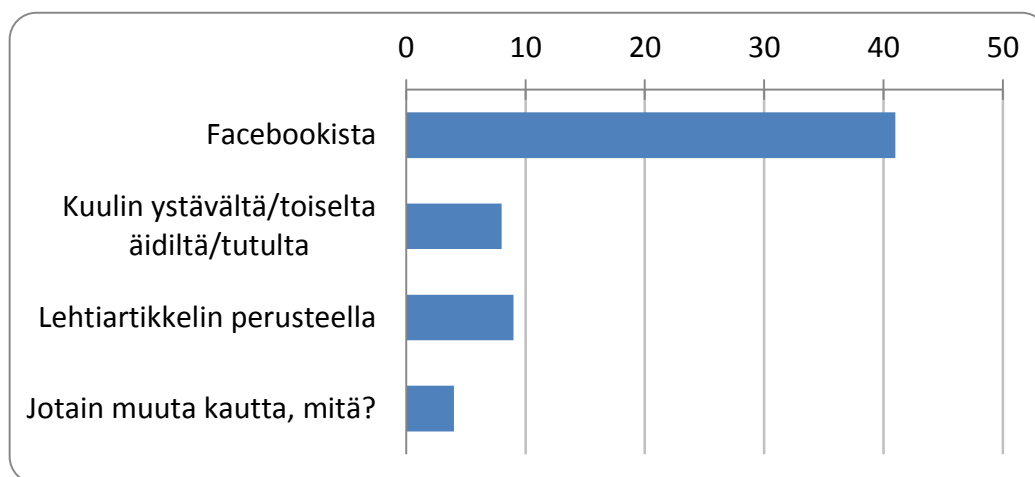
Kyselyssä ei selvitetty lasten tarkkaa ikää, mutta lapsen hoitomuotoon liittyvä kysymys antoi tietoa myös tästä. Lähes puolella (47 %) vastaajista lapset olivat ainoastaan kotihoidossa. Seuraavaksi eniten lapsia oli kokopäivähoidossa (26 %) ja vähiten vastattu hoitomuoto oli osapäivähoito (13 %). Vastaajista n. 15 %:lla lapset olivat jo koulussa, mutta yhdenkään vastaajan

lapset eivät olleet vielä muuttaneet pois kotoa. Näiden vastausten perusteella voidaan päätellä, että suurimmalla osalla vastaajista lapset olivat siis alle kouluikäisiä.

5.2 Ryhmään hakeutuminen

Halusin myös tietää, miten vastaajat olivat löytäneet ryhmän ”Turun Seudun Mamit” (kysymys 5) ja miksi he olivat liittyneet ryhmään (kysymys 6).

Vastanneista suurin (66 %) osa kertoi löytäneensä tämän ryhmän Facebookin kautta. Seuraavaksi yleisintä (15 %) oli, että äidit olivat tulleet tietoisiksi ryhmästä lehtiartikkelin myötä ja lähes yhtä moni (13 %) äideistä kuuli ryhmästä toiselta äidiltä tai ystävältä. Jotain muuta kautta ryhmään päätyi muutama (6 %) äiti ja kaksi vastanneista sai kutsun ryhmään Facebookin kautta. Yhden äidin pyysi mukaan ryhmän perustaja ja yksi äiti lisättiin ryhmään tutun toimesta Facebookissa. (Kuvio 4.)



KUVIO 4 Mitä kautta ryhmä löytyi?

Yli kolmannes vastaajista (33 %) kertoi liittyneensä ryhmään saadakseen vertaistukea. Seuraavaksi eniten (24 %) oli äitejä, jotka kertoivat liittyneensä ryhmään saadakseen seuraa tai ystäviä joko itselle tai lapselle. Sen jälkeen yleisin (13 %) ryhmään liittymisen syy oli mielenkiinto tai uteliaisuus. Vertaistuen lisäksi muutamat (10 %) äidit toivoivat liittymisen myötä saavansa uusia ystäviä ja yhtä monta vastaajaa toivoi voivansa tarjota tukea muille äideille. Jokunen (5 %) vastaaja kertoi liittyneensä ryhmään voidakseen seurata keskusteluja ja osallistua niihin. Kaksi (3 %) äitiä mainitsi liittyneensä ryhmään saadakseen apua jaksamiseen ja arjen haasteisiin. Yksi äiti sanoi liittyneensä ryhmään huvikseen.

Seuraavassa poiminta muutaman äidin vastauksista, jotka tuovat osuvasti esille ryhmään liittymisen syitä.

”Halusin tutustua muihin samassa elämäntilanteessa oleviin ja löytää ajanviettotapoja äitiyslomalle.”

”Saisin uusia ystäviä lapselleni kun ollaan muutettu uuteen paikkaan mistä ei tiedetä ketään. Ja samalla tiedon jos voisın auttaa lähellä asuvaa jotenkin. Tapahtumista tietoja.”

”Ajattelin sen olevan mukava vertaistukiryhmä.”

”Ryhmän ajatus toisten auttamisesta ja arjen haasteiden jakamisesta tuntui mukavalta.”

5.3 Tuen laatu ja muu tuki

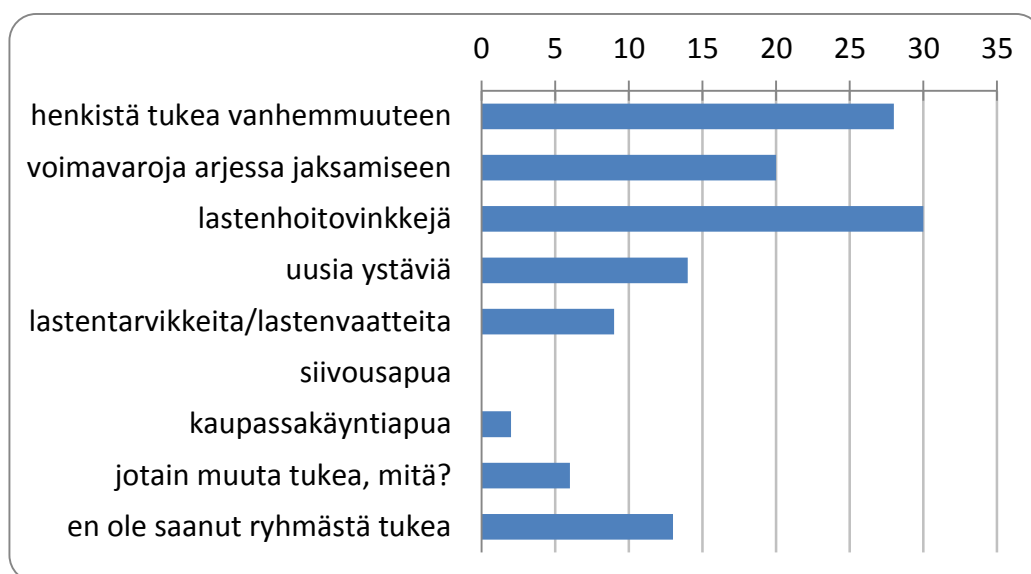
Seuraavaksi kyselyssä siirryttiin selvittämään millaista tukea äidit olivat ryhmästä saaneet (kysymys 7). Vastaajien oli mahdollista valita 1-5 vaihtoehtoa.

Lähes puolet (49 %) vastaajista oli valinnut kohdan lastenhoitovinkkejä ja lähes yhtä monta (46 %) kertoi saaneensa ryhmästä myös henkistä tukea. Seuraavaksi eniten (32 %) ryhmä oli antanut vastaajilleen voimavaroja arjessa jaksamiseen. Ryhmään kuuluminen oli tuonut uusia ystäviä useille (23 %) vastaajille ja lähes yhtä monta (21 %) vastaajaa koki, ettei ollut saanut ryhmästä tukea. Pieni osa (15 %) vastanneista oli saanut lastentarvikkeita tai lastenvaatteita ryhmän kautta ja kaksi (3 %) äitiä oli saanut ryhmän avulla kaupassakäyntiapua. (Kuvio 5.)

Lisäksi muutama (5 %) äiti kertoi saaneensa ryhmän avulla muunlaista tukea kuten menovinkkejä, tietoa harrastuksista ja toiminnasta lapsille Turussa, kuten alla olevat lainaukset vastauksista vaihtoehtoon ”jotain muuta tukea” kertovat. (Kuvio 5.)

”En osaa edes nimetä mitä kaikkea ryhmä on antanut minulle. Olen saanut toteuttaa itseäni monin eri tavoin ja haastaa itseäni uuteen”.

”Tähän mennessä lähinnä menovinkkejä ja tietoa Turussa olevasta toiminnasta lapsiperheille.”

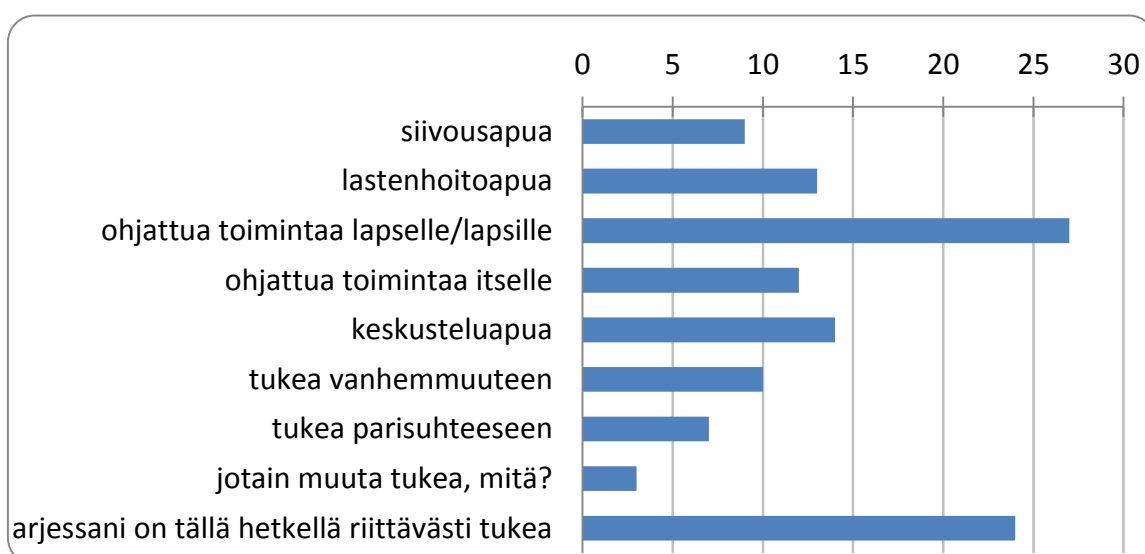


KUVIO 5 Ryhmästä saatu tuki

Kyselyssä selvitettiin myös sitä, millaista tukea äidit toivoisivat lisää arkeensa (kysymys 8). Vastaajat saivat valita valmiista vaihtoehdoista kolme heille tärkeintä.

Kolmen tärkeimmän tuen joukkoon suuri osa (44 %) vastaajista mainitsi ohjatun toiminnan itselle tai lapselle. Seuraavaksi eniten (23 %) toivottiin lisää keskusteluapua ja lähes yhtä paljon (21 %) toivottiin lisää lastenhoitoapua. Sen jälkeen eniten (20 %) toivottiin ohjattua toimintaa itselle ja tukea vanhemmuuteen (16 %). Vastaajat toivoivat myös siivousapua (15 %) ja tukea parisuhteeseen (11 %). Kaksi äitiä toivoi uusia tuttavuuksia tai ystäviä arkeensa ja yksi äiti toivoi ”ihan vain asioiden jakamista”. (Kuvio 6.)

Äideistä suuri osa (39 %) oli sitä mieltä, että heidän arjessaan on tällä hetkellä riittävästi tukea. (Kuvio 6.)



KUVIO 6 Toiveet arjen lisätuesta

Viimeisenä tukeen liittyvässä kysymyksessä kyselyssä selvitettiin, mistä muualta kuin tästä vertaisryhmästä saa apua/tukea arkeen tällä hetkellä (kysymys 9). Kysymys esitettiin avoimena ja äidit saivat näin ollen itse kertoa mistä tai keneltä he tukea saivat.

Suurin osa (61 %) äideistä sai tukea sukulaisilta, isovanhemmilta tai perheeltään. Sen jälkeen yleisin tuen antajien taho oli ystävät (56 %). Vastaa- jista osa (16 %) kertoi saavansa muuta tukea arkeensa puolisoiltaan lähes yhtä moni (11 %) sai tukea muista vastaavista Facebook-ryhmistä ja pieni joukko (10 %) sai tukea neuvolasta. Yksi äiti sai tukea lastensuojelusta, yksi siivoojalta ja yksi neuvolapsykologilta. Muutama (6 %) äiti vastasi, ettei saa tukea mistään muualta kuin Turun seudun mamit -ryhmästä.

Seuraavassa muutama esimerkki äitien kirjoittamista vastauksista.

”Omat vanhemmat auttavat, minkä pystyvät. Asuvat kaukana ja ovat työelämässä, mutta erityisesti kesäisin hoitavat lapsia. Olen palkannut siivoojan helpottamaan arkea.”

”Perheeltä ja ystäviltä. Toisilta äitikavereilta.”

”Perheeltä, ystäviltä, neuvolasta.”

”Jos saisikin.”

5.4 Toiveita lapsiperheiden hyvinvoinnin parantamiseksi

Kyselyn lopuksi selvitettiin miten äidit haluaisivat lapsiperheiden hyvinvointia edistettävän omalla asuinalueellaan (kysymys 10). Myös tämä oli avoin kysymys mikä mahdollisti äitien vastaamisen omien ajatusten ja käsitysten mukaan. Kysymys kymmenen oli myös vapaaehtoinen kysymys, johon vastasi 37 äitiä.

Kymmenes kysymys oli vapaaehtoinen ja siihen vastasi 37 (60 %) äitiä kaikista vastanneista. Kysymyksellä selvitettiin millainen toiminta vastaajien mielestä edistäisi lapsiperheiden hyvinvointia heidän asuinalueellaan. Kysymys oli avoin (ks. Liite).

Suurin osa (22 %) tähän kysymykseen vastanneista toivoi lapsiperheille suunnattuja tapahtumia. Seuraavaksi eniten (16 %) toivottiin enemmän kerhotoimintaa, etenkin iltaisin toteutettavaa. Pieni osa (14 %) tähän kysymykseen vastanneista toivoi perhekahvilatoimintaa ja yhtä monta äitiä (14 %) toivoi erilaisia äiti-lapsitapaamisia. Muutama (9 %) äiti toivoi lapsiparkki/lastenhoitotoimintaa. Pari äitiä (5 %) toivoi parempaa tiedottamista siitä, mitä ylipäättään lapsiperheille on heidän alueellaan tarjolla ja saman verran (5 %) kysymykseen vastanneista toivoi enemmän yhteisöllisyyttä omalle asuinalueelleen.

Yksittäisissä vastauksissa toivottiin lisää päivähoitopaikkoja, teemallisia perheilloja/keskusteluiltoja, leikkipuistojen kunnostusta, matalan kynnyksen paikkoja ilman aikarajoitusta, yksinhuoltajien iltaryhmiä ja isovanhempien sekä lapsiperheiden yhteistä toimintaa.

Esimerkkinä toiminnoista ja tapahtumista joiden avulla voisi vahvistaa vanhemmuutta ja äitiyttä, seuraavat lainaukset vastauksista:

”Erilaiset perhetapahtumat, olisi myös kiva, et olisi vanhemmille jotain tapahtumia.”

”Yhteistapaamiset missä voisi tavata äitejä. Tunnen heitä huolesti tältä alueelta.”

”Yhteiset hetket muiden samassa tilanteessa olevien kanssa.”

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSEHDOTUKSIA

Tässä luvussa kerrotaan tutkimustulosten johtopäätökset ja kehitysehdotukset, jotka syntyivät kyselyn vastausten pohjalta.

6.1 Johtopäätökset

Valtaosalla vastaajista oli vain yksi lapsi, mistä voi päätellä, ettei vertaistuen tarve ollut ainakaan suoraan yhteydessä lasten lukumäärään. Tuen tarvetta oli myös yksilapsisilla äideillä. Valtaosa kyselyyn vastanneista oli kahden aikuisen perheitä ja harvinaisempaa oli, että perheeseen kuului vain yksi aikuinen. Tulosten perusteella tuen tarvetta oli myös niillä äideillä, joiden perheessä oli kaksi aikuista.

Kyselyn vastauksista käy ilmi, että yli puolet äideistä oli löytänyt ryhmän Facebookin avulla. Tämä kertoo sosiaalisen median olevan tiedonkulkukanavana varsin toimiva.

Vastausten perusteella valtaosa äideistä toivoi saavansa ryhmästä vertaistukea ja uusia ystäviä. Tuloksista käy ilmi, että suurin ryhmän antama tuki oli lastenhoitovinkit, henkinen tuki vanhemmuuteen sekä voimavarojen saaminen arjessa jaksamiseen. Tämän perusteella voidaan todeta, että sosiaalisen median vertaisryhmän merkitys on juuri äidin jaksamisen näkökulmasta ollut tärkeä. Lastenhoitovinkkien myötä äiti saa mahdollisuuden kokeilla uusia toimintatapoja ja selviytyä lasten kanssa arjen tilanteista helpommin. Tämä säästää äidin voimavaroja ja helpottaa jatkossa arjessa toimimista lasten kanssa. Ryhmän tarjoaman henkisen tuen ja voimavarojen avulla äidin jaksaminen arjessa kohentuu ja arjen kohtaaminen helpottuu energiatason ollessa parempi.

Myös Hannele Ahon (2014) opinnäytetyön tutkimustulokset olivat samansuuntaisia. Ahon tutkimuksessa sosiaalisen median ulkopuolella tapahtuvan

vertaistukiryhmän merkityksestä todettiin, että äidit olivat kokeneet vertaistukitoiminnan myötä itsensä pirteämmiksi ja parempituulisiksi. Myös heidän mielialansa oli positiivisempi. Nämä kaikki asiat auttoivat äitejä jaksamaan arjessa paremmin. Heli Kytöharjun Pro gradu (2003) -tutkielman tulokset osoittivat samansuuntaisesti, että äidit olivat saaneet vertaistukea jaksamiseensa netin keskustelupalstalta.

Edellä mainittujen merkitysten lisäksi tutkimukseni vastauksista ilmeni, että ryhmän avulla äidit olivat saaneet uusia ystäviä. MLL:n Vertoarviointiraportin tulokset olivat tässä kohtaa samankaltaisia ja siitä ilmeni, että sosiaalisen verkoston laajeneminen ja ystävien saaminen ja oli koettu vertaistukiryhmän merkittävimmäksi vaikutukseksi.

Tutkimukseni kohderyhmän äidit saivat tulosten perusteella muuta vertaistukea pääosin perheeltään (isovanhemmat, muut sukulaiset) sekä ystävil-tään. Tästä voidaan päätellä, että lähipiirin osallistumisella perheen arjen tukemiseen on myös suuri merkitys. Sosiaalisen median tarjoaman vertaistuen merkitys korostuu silloin kun läheiset asuvat kauempana eikä ystäväpiiri pysty tarjoamaan tukea perheen arkeen.

Tutkimustulosten perusteella valtaosa äideistä toivoi arkeensa lisätueksi eniten ohjattua toimintaa lapselle tai itselle. Tästä voidaan päätellä, että oman asuinalueen tarjonta ohjatun toiminnan suhteen ei ole riittävää tai ei vastaa äidin toiveita. On myös mahdollista, ettei toimintaa toteuteta sopiva ajankohtana tai että taloudellisesti ei ole mahdollista osallistua ohjat-tuun toimintaan. Äidit saattavat myös kokea, että ohjattu toiminta lapselle antaa hänelle pienen hengähdysketken arjen lomassa. Ohjatulla toiminnalla äidille on oletettavasti sama vaikutus.

Äideistä suuri osa oli myös sitä mieltä, että heidän arjessaan oli tällä hetkellä riittävästi tukea. Tästä voidaan päätellä, että sosiaalisen median ja lähipiirin tarjoama tuki on heille riittävä tällä hetkellä.

6.2 Kehitysehdotuksia

Vapaaehtoisen kysymyksen (kysymys 10) vastauksissa tuli esille äitien toiveet lisätä perhekahvila – ja kerhotoimintaa omalla asuinalueella. Moni toivoi myös etenkin ilta-aikaan tapahtuvaa toimintaa. On totta, että usein kerhot ja kahvilatoiminta tapahtuvat päiväsaikaan jolloin työelämässä osittain tai kokonaan olevat äidit jäävät toiminnan ulkopuolelle. Myöskään isät eivät tällaisissa tapauksissa pääse osallistumaan lapsen kanssa tämän tyyppiseen toimintaan.

Itselläni on noussut tutkimuksen myötä ajatus ohjaustoiminnan artenomina toteuttaman toiminnan järjestämisestä Turun seudulla. Toiminta voisi käsittää työpajoja, kahvilatoimintaa ja erilaista kerhotoimintaa sekä lapsille ja aikuisille yhdessä että erikseen. Tällaisen toiminnan toteuttamisen haaste on kuitenkin talouspuoli, sillä monet lapsiperheet ovat taloudellisesti ahtaalla ja toiminnan toivotaan olevan kyselyn vastausten perusteella hyvin-kin edullista, ellei jopa ilmaista. Tämän tyyppisen toiminnan toteuttaminen

vaatisi paljon ilmaisia resursseja toteutuakseen. Näkisin kuitenkin mahdollisuuksia toteuttaa alkuun pienimuotoisia ohjattuja tapaamisia vaikka erilaisilla teemoilla äideille sopivan tilan löydyttyä.

Sosiaalisen median käyttämistä vertaistuen tarjoamisessa voisi myös hyödyntää tulevaisuudessa vielä enemmän. Uskoisin, että esimerkiksi neuvolan rooli tuen tarjoajana kohentuisi huomattavasti, jos he laajentaisivat palveluitaan sosiaalisen median kentälle. Tällä hetkellä neuvoloissa on pääsääntöisesti tunnin puhelinaika päivässä eikä äideillä ole mahdollisuutta välttämättä kysyä kysymyksiään juuri tuolloin. Jonkinlainen terveydenhoitajan tarjoama chat-palvelu voisi olla oiva tukimuoto. Äideille voisi olla tärkeää saada esittää kysymyksiä pitkin vuorokautta. Tämä toki vaatisi kaupungilta uudenlaista työvuorojen resursointia ja suunnittelua.

6.3 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys

Tutkimuksen validiteetti kertoo siitä onko tutkimuksessa mitattu sitä mitä on pitänyt ja reliabiliteetti sen miten tarkasti on mitattu. Validiteetti on tutkimuksen kannalta tärkein peruste, sillä reliabiliteetilla ei ole merkitystä jos ei ole alun perin mitattu oikeaa asiaa. On kuitenkin tavoittelemisen arvoista saada myös mittauksen reliabiliteetti mahdollisimman hyvälle tasolle. (Vehkalahti 2014, 14.)

Toteuttamassani tutkimuksessa kysymykset oli esitetty kaikille vastaajille samassa muodossa. Vastaajien oli mahdollisuus kysyä epäselvissä kohdissa neuvoa kyselyn laatijalta, mutta tämän tyyppisiä tarkennuspyyntöjä ei tullut. Voidaan siis olettaa, että kukin vastaaja on ymmärtänyt kysymykset eikä kysymyksiä ollut tarpeen tarkentaa.

Tutkimukseen vastasi 62 äitiä. Tämä ei ole kovin suuri otos koko Turun Seudun Mami-ryhmän jäsenmäärästä (1500). Ryhmän niin sanottujen ”aktiivisten” ryhmäläisten määrä on huomattavasti koko jäsenmäärää pienempi. Vastaajilla oli mahdollisuus valita heille itselle sopiva hetki kyselyn täyttämiseen eli voidaan ajatella, että kukin on vastannut kyselyyn hänelle otollisimmalla hetkellä ilman häiriötekijöitä. Saatuja vastauksia voidaan pitää merkityksellisinä ainakin kyselyyn vastanneille. Kysymykset tuottivat myös vastaukset tutkimuskysymyksiin ja tutkimukseni tulokset olivat samankaltaisia muiden aiheeseen liittyvien tutkimustulosten kanssa (ks. Kytöharju 2003; Vanhanen-Silvendoin 1996; Aho 2014.)

7 POHDINTA JA ARVIOINTI

Vertaistuen merkitysten tutkiminen on ollut kiinnostava prosessi ja liittyy läheisesti omaan elämäntilanteeseeni kolmen lapsen äitinä. Aiheen valinta oli myös siitä syystä varsin luonnollinen.

Opinnäytetyöni johdatti minut tutkimuksen tekemisen maailmaan, mitä en olisi opintojeni alkuvaiheessa, tai edes matkan varrella, ikinä uskonut. Olin alun perin suunnitellut opinnäytetyöni aivan toisenlaiseksi, mutta loppujen lopuksi olen varsin tyytyväinen, että tartuin minulle tarjottuun haasteeseen.

Tutkimuksen toteuttaminen oli minulle täysin uutta eli olen oppinut valtavasti aiheesta. Kyselyn laatiminen tutkimukseen liittyen oli myös ensimmäinen kerta ja varmasti olen saanut paljon uusia ajatuksia matkaani seuraavaa kertaa silmällä pitäen. Tutkimuksen toteuttamisen myötä sain onnistumisen tunteen ja mielenkiintoni aihetta kohtaan heräsi. Opin, että tutkimusentekoprosessi on pitkä ja monivaiheinen. Pitää olla tarpeeksi aikaa perehtyä aiheeseen ja lähdekirjallisuuteen kadottamatta hetkeksikään punaista lankaa.

Saamani tulokset olivat positiivisia ja osoittivat, että äidit saivat tukea arkeensa. Lähipiirin (sukulaiset, ystävät, perhe) puuttuessa tilanne voi kuitenkin olla haastava, sillä nuo ryhmät osoittautuivat varsin merkityksellisiksi vertaistuen antajiksi Turun Seudun Mamit -ryhmän ohella. Tilanteessa, jossa sukulaiset, ystävät ja perhe asuvat kaukana tai eivät muusta syystä pysty tukemaan äitejä arjessa on yhteiskunnan tarjoama tuki suuressa roolissa. Vastausten perusteella kovinkaan moni ei kuitenkaan maininnut tuen tarjoajaksi neuvolaa.

Opinnäytetyöni aihe on paljon ajatuksia ja tunteita herättävä. Äitiys on alue, jota arvostellaan jatkuvasti muiden äitien, lähipiirin ja yhteiskunnan taholta. Myös äidit itse arvioivat omaa äitiydestä suoriutumistaan kaiken aikaa. Lähes jokaiselle äidille oman lapsen hyvinvointi on ykkösasia elämässä ja siitä syystä myös ”äitiyden tonttiin” kohdistuva palaute tai kritiikki menee hyvin herkästi ihon alle ja joskus neutraali suhtautuminen on vaikeaa.

Opinnäytetyöni tuloksia voisi hyödyntää todennettaessa vertaistuen tarvetta äitien arjessa sekä suunniteltaessa tukimuotoja ja toimintaa äideille jaksamisen tueksi.

Opinnäytetyöprosessi kirvoitti myös minut pohtimaan omaa äitiyttäni sekä oman äitini tapaa olla minulle äiti. Hyvin konkreettisesti olen kokenut vertaistuen merkityksen aikuisopiskelijana ja pienten lasten äitinä. Olen huomannut myös sen, että vaikka opinnäytetyöprosessin aikana on ollut tarjolla muitakin rooleja (opiskelija, työntekijä, vaimo), silti äitiys on rooleistani se, jonka hoitamisen asetan aina kaiken muun edelle.

LÄHTEET

- Aho, H. 2014. Vertaistukea ja mammakavereita - kyselytutkimus Ylivieskan seurakunnan vauvakerhon äideille. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Centria ammattikorkeakoulu. (Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu.) Theseus. Viitattu 11.10.2015. <http://www.theseus.fi/handle/10024/75674>
- Eloluoto, H. 2014. Häதாகahveja tarjoava Facebook-ryhmä kolahti turkulaisäiteihin. <http://www.turkulainen.fi/artikkeli/253056-hatakahveja-tarjoava-facebook-ryhma-kolahti-turkulaisaiteihin> Luettu 11.10.2015.
- Haasio, A. 2009. Facebook-opas. Helsinki: BTJ Finland Oy.
- Haasio, A. 2011. Mitä iloa Internetistä? Hyödy verkkopalveluista, sukella sosiaaliseen mediaan. Helsinki: BTJ Finland Oy.
- Halonen, E., Sourander J. & Viinikka A. 2010. Mannerheimin Lastensuojeluliiton vertaisryhmätoiminnan arviointiraportti kevät 2010. Tuoreet kahvit ja katto pään päällä ja paljon voimaannuttavaa vertaisporinaa. Viitattu 6.10.2015. http://mll-fibin.directo.fi/@Bin/d18562e82422985f08885bdf410a647e/1299175155/application/pdf/13009_713/MLL_vertoarviointiraportti2010.pdf
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2014. Tutki ja kirjoita. 19. painos. Helsinki: Tammi.
- Juusola, M. 2014. Äidin voimakirja. Helsinki: Voimakirja Oy.
- Jyllilä, E. 2004. Vanhempien tyytyväisyys ja kokemukset Ahjolan nuorisotyön peruskerhotyöstä. Opinnäytetyö. Ohjaustoiminnan koulutusohjelma. Hämeen ammattikorkeakoulu..
- Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T., Vahtivaara, J-M. & Laatikainen, T. (toim.). Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Karjalainen, A. & Virtanen, M. 2015. Äitiys nykypäivänä- Älylaitteet ja sosiaalinen media osana vauva-arkea. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 2.1.2016. <https://www.theseus.fi/handle/10024/102901>
- Karnell, S. & Laimio, A. 2010. Vertaistoiminta –kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T., Vahtivaara, J-M. & Laatikainen, T. (toim.). Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA.
- Kortesuo, K. 2014. Sano se someksi 1. Ammatilaisen käsikirja sosiaaliseen mediaan. Helsinki: Kauppakamari.

Kuuskoski, E. 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa Dufva, V. & Niemelä, J. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhannella. Jyväskylä: PS-kustannus, 30-39.

Kytöharju, H. 2003. Äitien jaksaminen ja vertaistuki Vauva-lehden keskustelupalstalla Internetissä. Pro gradu -tutkielma. <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92280/gradu00401.pdf?sequence=1> Luettu 13.11.2015.

Larjo, P. 2015. Turun Seudun Mamit -ryhmän suosio yllätti perustajan: "Ihmettelyn itsekin luottamuksellista ilmapiiriä". http://www.vauva.fi/artikkeli/sina/vanhemmuus/turun_seudun_mamit_ryhman_suosio_yllatti_perustajan_ihmettelyn_itsekin# Luettu 21.12.2015.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2015. Vanhemmuuden kaari. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/vanhemmuuden_kaari/ Luettu 20.1.2016

Nurmi, T. 2004. Suuri suomen kielen sanakirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Vertaistuki. <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elamantuki/vertaistuki> Luettu 3.11.2015 Luettu 4.11.2015.

Uitto, T. 2015. FB-ryhmässä jo lähes 2000 jäsentä - Mamit tukevat toisiaan. <http://www.turkulainen.fi/artikkeli/343425-mamit-tukevat-ja-tsempaavat-toisiaan> Luettu 5.12.2015.

Vanhanen-Silvendoin, S. 1996. Äitien vuorovaikutusryhmät. Teoksessa Matthies, A-L., Kotakari, U. & Nylund, M. (toim.) Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino, 227-239.

Vehkalahti, A. 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

KYSELY

VERTAISRYHMÄTOIMINNAN MERKITYS ÄIDEILLE

Taustatiedot

1. Ikäsi *

15-25

26-35

36-45

yli 45

2. Montako lasta perheeseenne kuuluu? *

1

2

3

4

yli neljä

3. Montako aikuista perheeseenne kuuluu? *

1

2

3 tai enemmän

4. Perheen lapsi/lapset ovat *

Merkkää numerolla vastausvaihtoehdon perään kuinka monta lasta on kyseisessä vaihtoehdossa.

Päivähoidossa/esikoulussa/kerhossa kokopäiväisesti

☐

☐ Päivähoidossa/esikoulussa/kerhossa osapäiväisesti

☐ Koulussa

☐ Vain kotihoidossa

☐ Jo muuttaneet pois kotoa

Ryhmään hakeutuminen

5. Mitä kautta löysit ryhmän Turun seudun mamit? *

Facebookista

Kuulin ystävältä/toiselta äidiltä/tutulta

Lehtiartikkelin perusteella

Jotain muuta kautta, mitä?

Syyt

6. Miksi liityit ryhmään? *

Tuen laatu

7. Millaista tukea olet saanut ryhmästä? *

Merkitse 1–5 vaihtoehtoa.

☐ henkistä tukea vanhemmuuteen



☐ voimavaroja arjessa jaksamiseen

☐ lastenhoitovinkkejä

☐ uusia ystäviä

☐ lastentarvikkeita/lastenvaatteita

☐ siivousapua

☐ kaupassakäyntiapua

☐ jotain muuta tukea, mitä?

☐

☐ en ole saanut ryhmästä tukea

Toiveet

8. Millaista tukea toivoisit lisää arkeesi? *

Merkitse 1–3 sinulle tärkeintä vaihtoehtoa.

☐ siivousapua

☐ lastenhoitoapua

☐ ohjattua toimintaa lapselle/lapsille

☐ ohjattua toimintaa itselle

☐ keskusteluapua

☐ tukea vanhemmuuteen

☐ tukea parisuhteeseen

☐ jotain muuta tukea, mitä?

☐

☐ arjessani on tällä hetkellä riittävästi tukea

Muu tuki

9. Mistä muualta kuin tästä vertaisryhmästä saat apua/tukea arkeesi tällä hetkellä? *



Ehdotukset

10. Millainen toiminta edistäisi mielestäsi lasten/lapsiperheiden/vanhempien hyvinvointia omalla asuinalueellasi?

palautetta/kysymyksiä/terveisiä
kyselyn
laatijalle:
katri.parikka@student.hamk.fi

☐ Vahvista vastausten lähetys